



**GUT PAULINENWÄLDCHEN**  
**BIOLAND-HOF**

## **Bioland-Hof Gut Paulinenwäldchen**

Zum Blauen Stein 26-34  
52070 Aachen

Bürozeit: Montag bis Freitag: 8.30 bis 13.00 Uhr oder Anrufbeantworter

Telefon: +49 241 955 1453

Telefax: +49 241 955 1452

E-Mail: [info@biokiste-aachen.de](mailto:info@biokiste-aachen.de)

Internet: [www.biokiste-aachen.de](http://www.biokiste-aachen.de)



## **32. Kalenderwoche 2011**

# REZEPTE

## **Zucchini-Tomaten-Quiche**

### **Zutaten:**

für 4 Personen



200 g Mehl  
2 Eier, Salz  
125 g Butter  
300 g Zucchini  
300 g Tomaten  
3 Knoblauchzehen  
6 Eier  
150 ml Schlagsahne  
100 ml Milch  
Salz, Pfeffer  
150 g Gorgonzola

3 EL Olivenöl  
1 Zweig Rosmarin

### **Zubereitung:**

Ca. 20 Min., 40 Minuten Ruhezeit; 45-50 Minuten Backzeit im Ofen

Mehl,  
zwei Eigelb, Salz und Butter zügig zu einem glatten Teig verkneten.  
Zugedeckt ca. 40 Minuten kalt stellen.  
Zucchini,  
Tomaten und  
Knoblauch in dünne Scheiben schneiden.  
6 Eier mit  
Sahne,  
Milch,  
Salz und Pfeffer verquirlen.  
Gorgonzola in dünne Scheiben schneiden.  
Den Teig zwischen Klarsichtfolie zwei bis drei Millimeter dünn  
ausrollen und eine rechteckige, ofenfeste Form damit auskleiden.  
Öl in einer Pfanne erhitzen, Zucchini, Knoblauch und  
Rosmarin bei starker Hitze ca. zwei Minuten anbraten.  
Mit Salz und Pfeffer würzen, abkühlen lassen.  
Auf dem Teig verteilen.  
Tomaten und Gorgonzola auf den Zucchini verteilen.  
Die Eiermischung darüber gießen und die Quiche im vorgeheizten  
Backofen bei 200 Grad 45-50 Minuten backen.  
Dann aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen und lauwarm  
servieren.

## **Palmkohl mit Huhn**

### **Zutaten:**

für 4 Personen



1 Huhn  
5-6 EL Olivenöl  
Salz, Pfeffer  
1 Zwiebel/2 Knob.zehen  
300 g Tomaten  
1 TL Paprikapulver  
300 g Palmkohl

1 Glas Wasser  
1 EL Naturjoghurt

### **Zubereitung:**

Ca. 60 Min.

Huhn in vier Portionen teilen.  
In einer großen Pfanne im heißen Öl rundum anbraten.  
Salzen und pfeffern.  
Zwiebel und Knoblauch würfeln und mit dem Huhn andünsten.  
Tomaten in Scheiben schneiden, mit in die Pfanne geben.  
Mit Paprikapulver würzen.  
Palmkohl putzen, Mittelrippe entfernen, Blätter in kochendem  
Salzwasser fünf Minuten blanchieren. Herausnehmen, in Streifen  
schneiden und ebenfalls in die Pfanne geben.  
Mit einem Glas Wasser aufgießen und alles zwanzig bis dreißig  
Minuten köcheln lassen. Noch einmal abschmecken.  
Zum Schluss das Huhn aus der Pfanne nehmen und einen Esslöffel  
Naturjoghurt unter das Gemüse rühren.